

اليقظة العقلية وعلاقتها بالتردد النفسي لدى حكام كرة القدم للصالات

م.د ضياء رحمن جاسم
النديرية العامة للتربية في محافظة النجف الاشرف

الملخص

يهدف البحث الى التعرف على اليقظة العقلية وعلاقتها بالتردد النفسي لحكام كرة القدم للصالات، أستخدم المنهج الوصفي، تم اختيار عينة البحث الأساسية من حكام كرة القدم للصالات، المعتمدين من قبل الاتحاد العراقي لكرة القدم للصالات للموسم الرياضي (٢٠٢٢/٢٠٢٣) بالطريقة العشوائية والبالغ عددهم (٢٢) حكم من حكام الدرجة الاولى للصالات، وبينت النتائج لوجود ارتباطات عكسية ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية لمقياس اليقظة العقلية والتردد النفسي لدى حكام كرة القدم للصالات، واوصي الباحث بضرورة الاستفادة من مقياس اليقظة العقلية من قبل حكام كرة القدم للصالات وتفعيله على حكام اخرين في أنشطة مختلفة، التعرف على اليقظة

العقلية والتردد النفسي لحكام كرة القدم للصالات يسمح ببناء البرامج المناسبة لمساعدتهم على رفع مستوى اليقظة العقلية، والتردد النفسي لديهم مما لها من مردود إيجابي وفعال.

المقدمة واهمية البحث:

ان التفوق الرياضي والمستويات العليا يعتمد على الارتقاء بمجموعة من العوامل البدنية والحركية والنفسية بصورة متصلة ومتكاملة حتى يعبئ الحكم قوته النفسية من اجل الوصول الى النجاح والتقدم، ومن هذه الحالات النفسية هي اليقظة العقلية للحكم ، وان مهنة التحكيم تعتمد اولاً واخيراً على الكفاءة الفردية للحكام وهو شرط يجب ان يتوفر في الشخص الذي يمارس هذا العمل، وتعتبر الحالة النفسية للحكم من النواحي المهمة الدقيقة في أعداد الحكام قبل وأثناء المباريات إذ أن الخصائص النفسية للعبة عديدة، ولا بد أن يجعل عالم النفس في اعتباره الخصائص الفنية للعب الجماعي، وفي نفس الوقت مراعاة متطلبات لعبة الكرة القدم للصالات من الممارسين .

تعد اليقظة العقلية نشاط يحدث في العقل يركز الأفراد فيها بالاهتمام بموضوع معين، ويصب هذا الاهتمام عن طريق التفكير والوعي العميق، وبذلك يستطيع الفرد الانتباه والتركيز، ويكتسب رؤية واضحة نحو الحياة وصنع القرار.

يعتبر التردد النفسي حالة نفسية تصيب الحكم أكثر من اعتبارها صفة أو سمة تغطي على شخصيته ويرجع أسبابها إلى شدة المنافسة أو مناخ البطولة وخاصة اللعبة وطبيعة الجمهور، كل هذه العوامل تساعد على خلق حالة من التردد عند بعض الحكام أو معظمهم والتي يختلف درجتها من حكم إلى حكم آخر.

لعبة كرة القدم الصالات من الألعاب التي بدأت تنتشر حديثاً في بلدان العالم بسرعة كبيرة وفي القارات كافة، إذ تعد من الألعاب التي لاقت الاهتمام العالمي المتزايد في معظم بلدان العالم كونها واحدة من الألعاب الأكثر شعبية في العالم، ويرغب في ممارستها ومشاهدتها معظم الفئات العمرية ومن كلا الجنسين، وبالنظر لصغر مساحة ملعبها وقلة عدد لاعبيها وتشابه مهاراتها الأساسية مع مهارات كرة القدم (Soccer) هذا ما أدى إلى ممارستها من قبل عدد غير قليل من اللاعبين.

ومن هنا يرى الباحث أن أهمية البحث هي طبيعة عمل الحكم في المجال الرياضي تتطلب منه أن يتأقلم مع الظروف التي تحدث أثناء المباريات، وهذا يعتمد على ما يتصف به الحكم من سمات ومهارات نفسية تؤهله لمواجهة التقلبات التي النفسية التي يمر بها الحكم أثناء المباريات مثل أجواء المنافسات العالية.

مشكلة البحث:

بناء على ما تقدم فإن مشكلة الدراسة تكمن في التعرف على مستوى اليقظة العقلية وعلاقتها بالتردد النفسي لحكام كرة القدم للصالات، لأن قرار الحكم يلعب دور هام ورئيسي في تحديد نتائج المباريات من خلال رفع رصيد فريق عن الفريق الآخر أو حصول فريق على بطولة غير مستحقة بقرار خاطئ أو احتساب ركلة جزاء قد تكون السبب في فوز فريق على فريق آخر، وعليه فقد وجد الباحث أنه من الأهمية إجراء الدراسة الحالية.

اهداف البحث:

يهدف البحث الى التعرف على اليقظة العقلية وعلاقتها بالتردد النفسي لحكام كرة القدم للصالات.

فرض البحث:

هل توجد علاقة بين اليقظة العقلية والتردد النفسي لحكام كرة القدم للصالات؟

مجالات البحث:

المجال البشري: حكام كرة قدم الصالات الدرجة الأولى.

المجال الزمني: ٢٠٢٢-٢٠٢٣.

المجال المكاني: القاعة المغلقة لنادي الكوفة.

مصطلحات البحث:

اليقظة العقلية:

هي " الوعي الكامل بالمشيريات التي يتفاعل معها الفرد ، وتحفز الانتباه لديه دون اصدار احكام ، او الانشغال بخبرات ومشاعر الماضي". (٥ : ٤)

التردد النفسي:

هو "حالة نفسية يتصف بها الحكم الرياضي عندما يحاول اتخاذ قرار وخاصة إذا كان هذا القرار مصيري فيتردد في اتخاذ القرار لأسباب مختلفة كالخوف أو عدم الثقة بالنفس أو الملل" (٣: ١٥٣)

طرق البحث وإجراءاته

منهج البحث:

أستخدم الباحث المنهج الوصفي، وذلك لملائمته لطبيعة وهدف البحث عن طريق الوصف الكائن والتحليل واستخلاص الحقائق منه، والمنهج الوصفي لا يقتصر على جمع البيانات وتبويبها، انما يستهدف تحليل وتفسير النتائج.

مجتمع البحث:

يتمثل مجتمع البحث في حكام كرة القدم للصالات، المعتمدين من قبل الاتحاد العراقي لكرة القدم للصالات للموسم الرياضي (٢٠٢٢/٢٠٢٣).

عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث الأساسية من حكام كرة القدم للصالات، المعتمدين من قبل الاتحاد العراقي لكرة القدم للصالات للموسم الرياضي (٢٠٢٢/٢٠٢٣) بالطريقة العشوائية والبالغ عددهم (٢٢) حكم من حكام الدرجة الاولى للصالات، كما تم اختيار عينة اخرى استطلاعية من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية والبالغ عددهم (١٥) حكم، ويوضح الجدول التالي التوصيف العددي لعينة البحث.

جدول (١)

توصيف عدد ونسبي لعينة البحث

م	العينة	العدد	النسبة	المجموع
١	الأساسية	٢٢	٥٩.٤٦ %	٣٧
٢	الاستطلاعية	١٥	٤٠.٥٤ %	

أدوات جمع بيانات البحث:

اعتمد الباحث في جمع البيانات المتعلقة بهذا البحث على مجموعة من الأدوات، وهي:

- الاستعانة بما ورد في قائمة المراجع.
- مقياس اليقظة العقلية...إعداد/ الباحث.
- مقياس التردد النفسي.. إعداد/ مروة مدحت وهبة (٢٠٢٢). (٩)

خطوات بناء مقياس اليقظة العقلية:

في ضوء هدف البحث تم إعداد مقياس اليقظة العقلية وذلك بإتباع الخطوات الآتية:

تحديد الهدف من مقياس اليقظة العقلية :

التوصل لأداة لقياس اليقظة العقلية لدى حكام كرة القدم للصالات.

مراجعة الأطر النظري والدراسات المرتبطة باليقظة العقلية:

تم الاطلاع على الكثير من الكتب والدراسات المرجعية التي تناول موضوع اليقظة العقلية، مثل: تم تحديد التعريف النظري لليقظة العقلية والاطلاع على الأدبيات والدراسات المرجعية ذات العلاقة والتي تتناول موضوع اليقظة العقلية بشكل عام في المجال الرياضي .

مراجعة الاختبارات والمقاييس المرتبطة باليقظة العقلية:

تم مراجعة الاختبارات والمقاييس النفسية التي تناولت موضوع اليقظة العقلية، (منى مختار مرسي ، إيمان مصطفى الشنواني (٢٠١٩) ، عبد الرقيب البحيري وآخرون (٢٠١٧) ملحق (١) :

تعريف اليقظة العقلية إجرائيًا: هي حالة من الوعي يشعر بها الفرد للمثيرات التي يتفاعل معها ويتعرض لها والتي تتطلب منه اتخاذ قرار دون تردد ما ويكون مسؤول عن ذلك القرار.

تحديد محاور المقياس:

من خلال الاطلاع من قبل الباحث على المراجع والدراسات السابقة والمراجعة للاختبارات والمقاييس النفسية التي تناولت موضوع اليقظة العقلية تم تحديد عدد من المحاور والتي تم عرضها على مجموعة من المحكمين المختصين في مجال علم النفس الرياضي وتوصلوا إلى ٥ محاور، وهم: الملاحظة - التمييز اليقظ - التصرف بوعي - الانفتاح على الجديد - الوعي بوجهات النظر المتعددة.

جدول (٢)

الأهمية النسبية لمحاور مقياس اليقظة العقلية

م	محاور المقياس	النسبة المئوية		الأهمية النسبية للمحور %
		وفقاً للمسح المرجعي	وفقاً لآراء الخبراء	
	الملاحظة	40%	100%	70%
	الوصف	40%	40%	40%
	التفاعل الواعي	30%	20%	25%
	عدم الحكم وتقييم الخبرة	45%	40%	43%
	عدم التفاعل مع الخبرة الداخلية	60%	20%	40%
	التمييز اليقظ	30%	100%	65%
	الانفتاح على الجديد	20%	100%	60%
	التوجه نحو الحاضر	30%	40%	35%
	الوعي بوجهات نظر متعددة	40%	100%	70%
	التقبل	20%	40%	30%
	التصرف بوعي	55%	100%	78%
	الانتباه	10%	20%	15%

وقد راع الباحث عند صياغة العبارات ما يلي:

- أن تكون العبارات واضحة ومفهومة.
- أن تتسق العبارات مع مفهوم البُعد.
- البعد عن استخدام عبارات مركبة.
- ألا تبدأ العبارة بـ (لا) .
- أن تبدأ العبارات بفعل مضارع سلوكي.
-

جدول (٣)

عدد عبارات مقياس اليقظة العقلية

م	المحور	عدد العبارات المقترحة لكل بعد
١	الملاحظة	٢٠
٢	التمييز اليقظ	٢٠
٣	التصرف بوعي	٢٠
٤	الانفتاح على الجديد	٢٠
٥	الوعي بوجهات النظر المتعددة	٢٠
المجموع		١٠٠

ومن خلال دراسة جدول (٣)، يتبين: عدد العبارات المقترحة لمقياس اليقظة العقلية .

المعاملات السيكو مترية (الصدق - الثبات) لمقياس اليقظة العقلية:

جدول (٥)

معاملات الارتباط بين محاور مقياس اليقظة العقلية وبعضها

والدرجة الكلية للمقياس

المحاور	الملاحظة	التمييز	التصرف بوعي	الانفتاح على الجديد	الوعي بوجهات النظر المتعددة	الدرجة الكلية للمقياس
الملاحظة		٠,٥٦٧	٠,٦٣٤	٠,٦٤٣	٠,٦٩	٠,٥٨٣
التمييز اليقظ			٠,٥٣٧	٠,٥٨٦	٠,٧٧٩	٠,٦٢٩
التصرف بوعي				٠,٧٨٢	٠,٨٧٢	٠,٤٧١
الانفتاح على الجديد					٠,٧٨٥	٠,٦
الوعي بوجهات النظر المتعددة						٠,٦٦٣
الدرجة الكلية للمقياس						

يتبين من الجدول (٥)، وجود ارتباطات دال إحصائياً بين ابعاد مقياس اليقظة العقلية، حيث أن

قيمة (ر) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥).

ثبات المقياس:

للتحقق من ثبات مقياس اليقظة العقلية ، قام الباحث بتطبيق الاستمارة على العينة الاستطلاعية من داخل مجتمع البحثي وخارج العينة الأساسية وبلغ عددها (١٥) حكم، وقد استعان الباحث بمعامل ألفا كرو نباخ ومعامل جثمان وسيبيرمان برون لحساب معامل ثبات الاستمارة.

جدول (٦)

ثبات مقياس اليقظة العقلية

المحاور	معاملات الثبات		
	التجزئة النصفية	سيبيرمان براون	ثبات جثمان
الملاحظة	٠,٨٠١	٠,٨٩٠	٠,٨٥١
التمييز اليقظ	٠,٧١٢	٠,٨٣٢	٠,٨٢٩
التصرف بوعي	٠,٧٦٣	٠,٨٦٦	٠,٨٣١
الانفتاح على الجديد	٠,٦٣٨	٠,٧٧٩	٠,٧١٢
الوعي بوجهات النظر المتعددة	٠,٧٤٣	٠,٨٥٣	٠,٨١٤
الدرجة الكلية للمقياس	٠,٦٥١	٠,٧٨٩	٠,٧٥٦

يتبين من الجدول (٦)، ان معامل ثبات المقياس بطريقة ألفا كرو نباخ بلغ (٠.٩٢٥)، وقد بلغ معامل ثبات المقياس بطريقة جثمان (٠.٧٥٦) وبطريقة سيبرمان برون (٠.٧٨٩)، وكان معامل الاتساق الداخلي لكل المحاور دال مما يشير لارتفاع معامل ثبات المقياس قيد البحث.

الصورة النهائية لمقياس اليقظة العقلية:

بعد إجراء خطوات التقيين لمقياس اليقظة العقلية تم استخلاص (٥) ابعاد و(٦٥) عبارة للمقياس موزعة على الابعاد كما هو موضح بالجدول (٧)

جدول (٧)

عدد عبارات الصورة النهائية لمقياس اليقظة العقلية

م	الابعاد	الصورة الأولية	العبارات المحذوفة	الصورة النهائية
١	الملاحظة	١٥	٢	١٣
٢	التمييز اليقظ	١٦	٢	١٤
٣	التصرف بوعي	١٤	١	١٣
٤	الانفتاح على الجديد	١٤	١	١٣
٥	الوعي بوجهات النظر المتعددة	١٤	٢	١٢
	الدرجة الكلية للمقياس	٧٣	٨	٦٥

يتبين من الجدول (٧)، أن عدد عبارات المقاس في الصورة النهائية (٦٥) عبارة موزعة على (٥) ابعاد، بعد إجراء المعاملات العلمية للمقياس.

مفتاح التصحيح مقياس اليقظة العقلية:

تم استخدام ميزان ثنائي التقدير لبناء المقياس وذلك بوضع جميع العبارات في قائمة تحتوى على ميزان تقدير ثلاثي (دائماً، أحياناً، أبداً) بواقع (٣، ٢، ١) على التوالي للعبارات الإيجابية، (١، ٢، ٣) للعبارات السلبية، وبهذا يكون أعلى درجة يحصل عليها المفحوص (١٩٥) درجة وأقل درجة (٦٥) درجة. اعداد / مروة مدحت وهبة (٢٠٢٢):

يهدف المقياس الي التعرف على التردد النفسي لدى حكام كرة القدم ويتكون المقياس من (٧) ابعاد رئيسية موزع عليها (٢٠) عبارة كما هو واضح في الجدول التالي:

جدول (٨)

مقياس التردد النفسي

م	المحور	المجموع
١	الحالة التدريبية	١٠
٢	الثقة بالنفس	٧
٣	أهمية المباراة	٦
٤	مكان المباراة	٥
٥	الخبرة السابقة	٤
٦	الجمهور	٣
٧	النمط الجسماني	٢
المجموع	٧	٣٧

المعاملات السيكو مترية (الصدق - الثبات) لمقياس التردد النفسي:

صدق مقياس التردد النفسي:

للتحقق من صدق المقياس فقد تم تطبيق مقياس التردد النفسي على عينة استطلاعية شملت (١٥) حكم، ثم قام الباحث بحساب صدق التكوين الفرضي باستخدام طريقة الاتساق الداخلي والتحقق من مدى التمثيل لعبارات المقياس ومدى ارتباط درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمحور التابع وبالدرجة الكلية للمقياس لها وبمدى ارتباط درجات ومحاور المقياس في ما بينها ودرجة المقياس الكلية.

جدول (٩)

صدق الاتساق الداخلي بين العبارة والدرجة الكلية للمحور والمقياس

معامل الارتباط		العبارة	معامل الارتباط		العبارة	معامل الارتباط		العبارة
المقياس	المحور		المقياس	المحور		المقياس	المحور	
أهمية المباراة			الثقة بالنفس			الحالة التدريبية		
0.705	0.707	٣	٠,٤٥٦	٠,٥٣٠	٢	0.538	0.612	١
0.626	0.618	١٠	٠,١٩٣	٠,٢٠١	٩	0.585	0.762	٨
0.849	0.649	١٧	٠,٧١٠	٠,٥٥١	١٦	0.792	0.633	١٤
0.618	0.618	٢٤	٠,٥٧٤	٠,٥٦٠	٢٣	0.656	0.642	١٥
0.543	0.475	٣١	٠,٤٥٥	٠,٣٨٠	٣٠	0.537	0.462	٢٢
			٠,٣٦٧	٠,٤٦٠	٣٤	0.449	0.542	٢٩
						0.577	0.471	٣٣
الجمهور								
0.665	0.797	٦						
0.780	0.825	١٣	الخبرة السابقة					
0.522	0.443	٢٠	٠,٣٤٢	٠,٣٣٠	٥			
0.411	0.486	٢٧	٠,٠١٠	٠,٠٣٨	١٢			
0.412	0.494	٣٦	٠,٣٣٣	٠,٣٤٠	١٩	مكان المباراة		
			٠,٣٩٤	٠,٤٢٨	٢٦	٠,٤٧٢	0.510	٤
			٠,٣٧٩	٠,٤٨٢	٣٥	٠,٣٦١	0.452	١١
						0.450	0.436	١٨
						0.921	0.557	٢٥
						0.613	0.566	٣٢
النمط الجسماني								
0.742	0.486	٧						
0.741	0.494	٢١						
0.652	0.4n60	٢٨						
٠,٥٠٢	٠,٥٧٦	٣٧						

يتبين من جدول (٩) وجود ارتباطات ذو دلالة إحصائية بين العبارة والدرجة الكلية للمحور لمقياس التردد النفسي لحكام كرة القدم؛ وذلك عند مستوى دلالة إحصائية (٠.٠٥)، مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي بين العبارات ومجموع المحور، كما يتبين عدم وجود ارتباطات بين العبارات (٩ - ٢٥ - ٣٠ - ٣٦) حيث ان قيمة "ر" المحسوبة اقل من القيمة الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ مما يشير الي عدم صدق هذه العبارات.

جدول (١٠)

مصفوفة معاملات الارتباط بين درجة كل محور والدرجة الكلية للمقياس

المحاور	الحالة التدريبية	الثقة بالنفس	أهمية المباراة	مكان المباراة	الخبرة السابقة	الجمهور	النمط الجسماني	الدرجة الكلية للمقياس
الحالة التدريبية		.800	.978	.881	.894	.859	.454	.923
الثقة بالنفس			.825	.883	.644	.831	.545	.819
أهمية المباراة				.854	.901	.825	.481	.923
مكان المباراة					.751	.981	.613	.918
الخبرة السابقة						.734	.516	.881
الجمهور							.646	.903
النمط الجسماني								.640
الدرجة الكلية للمقياس								

يتبين من الجدول (١٠) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين المحاور وبعضها البعض وبين المحاور والدرجة الكلية للمقياس حيث أن قيم "ر" المحسوبة أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) مما يدل على صدق الاتساق الداخلي لمحاور المقياس.

ثبات مقياس التردد النفسي:

للتحقق من ثبات مقياس التردد النفسي، قام الباحث بتطبيق الاستمارة على عينة استطلاعية من داخل مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية وبلغ قوامها (١٥) حكم، وقد استعان الباحث بمعامل ألفا كرو نباخ ومعامل جثمان وسييرمان برون لحساب معامل ثبات الاستمارة.

جدول (١١)

ثبات مقياس التردد النفسي لحكام كرة القدم للصالات

م	الأبعاد	معامل الارتباط	جثمان	سييرمان	الفا كرو نباخ
١	الحالة التدريبية	0.629	0.770	٠,٧٧٢	0.762
٢	الثقة بالنفس	0.576	0.722	٠,٧٣١	0.785
٣	أهمية المباراة	0.423	0.594	٠,٥٩٥	0.727
٤	مكان المباراة	0.541	0.688	٠,٧٠٢	0.759
٥	الخبرة السابقة	0.539	0.692	٠,٧٠٠	0.665
٦	الجمهور	٠,٧٢١	٠,٧٥٩	٠,٨٣٨	٠,٨٢٢
٧	النمط الجسماني	٠,٦١٢	٠,٧٥٤	٠,٧٥٩	٠,٨٠٢
	ثبات المقياس ككل	٠,٧٣٨	٠,٧٦٨	٠,٨٤٩	٠,٨٧٥

يتبين من جدول (١١) وجود ارتباطات ذو دلالة إحصائية وذلك عند مستوى دلالة إحصائية (٠.٠٥)، مما يشير إلى ثبات المقياس ومحاوره؛ حيث بلغ معامل الثبات بطريقة جثمان ٠.٧٦٨ وبطريقة سيبرمان براون ٠.٨٤٩، بينما بلغ بطريقة ألفا كرو نباخ ٠.٨٧٥؛ مما يشير لارتفاع معامل ثبات المقياس.

الصورة النهائية لمقياس التردد النفسي:

بعد أن قام الباحثون بتطبيق عبارات المقياس على عينة البحث توصل الباحث الي الصورة النهائية للمقياس .

الدراسة الاستطلاعية:

يكمّن الهدف الأساسي من إجراء الدراسة الاستطلاعية هو التعرف على الصعوبات التي قد تواجه الباحث أثناء تطبيق الدراسة الأساسية، وإجراء المعاملات السيكو مترية للأدوات المستخدمة في البحث، بالإضافة إلى اكتساب الباحث لخبرة التطبيق، وتمت هذه الدراسة كالآتي:

- قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية على مجموعة من حكام كرة القدم للصالات وعددهم ١٢ حكم يوم الاثنين ٢٠٢٣/٤/٣ م.

وقد أجريت هذه الدراسات بغرض التعرف على:

- مدى ملائمة الأدوات المستخدمة لطبيعة أفراد عينة البحث.
- المشكلات التي قد تواجه الباحث أثناء الدراسة الأساسية.
- مدى فهم واستيعاب العينة الاستطلاعية من الهدف الذي ترمى إليه عبارات الأدوات قيد البحث.
- استيعاب المساعدين كيفية إجراء وتنفيذ الأدوات المستخدمة.
- الوقت الزمني اللازم لتطبيق الأدوات قيد البحث.
- المعاملات السيكو مترية (الصدق - الثبات) للأدوات المستخدمة في البحث.
- الأخطاء المحتمل ظهورها أثناء القياسات لتلافيها في الدراسة الأساسية للبحث.
- ما إذا كانت هناك صعوبات في بعض العبارات التي قد تكون غير واضحة الصياغة لأفراد عينة البحث، والعمل على إعادة صياغتها إن وجدت.

الدراسة الأساسية:

تم تطبيق ادوات البحث على عينة بلغ قوامها ٢٢ حكم من حكام كرة القدم للصالات وذلك يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٣/٥/٩ م ، ثم قام الباحث بتصحيح الأدوات ورصد وجدولة الدرجات الخام وإعدادها للمعالجة الإحصائية وفقاً لمفتاح التصحيح المعد لذلك.

الوسائل الإحصائية:

تم استخدام برنامج (spss) لمعالجة البيانات الإحصائية

عرض ومناقشة النتائج:

عرض ومناقشة نتائج تساؤل البحث: ما العلاقة بين اليقظة العقلية والتردد النفسي لدى حكام كرة القدم للصالات؟

جدول (١٢)

العلاقة بين اليقظة العقلية وزمن رد الفعل

م	التردد النفسي اليقظة العقلية	الحالة التدريبية	الثقة بالنفس	أهمية المباراة	مكان المباراة	الخبرة السابقة	الجمهور	النمط الجسماني	الدرجة الكلية للمقياس
١	الملاحظة	-٠,٦٢٦	-٠,٦٤٩	-٠,٥٩١	-٠,٦٢٣	٠,٥٢٩	-٠,٦٨٦	٠,٦٦٦	-٠,٥٥٩
٢	التمييز اليقظ	-٠,٥٢٦	-٠,٤١٩	-٠,٤٨٥	-٠,٥٢٦	٠,٥١٨	-٠,٤٨٣	٠,٤١٥	-٠,٥٣٧
٣	التصرف بوعي	-٠,٤٥٩	-٠,٥١١	-٠,٣٩٥	-٠,٦٢٩	٠,٥٢٩	-٠,٤٧٣	٠,٣٩٨	-٠,٦٠٨
٤	الانفتاح عقلي الجديد	-٠,٦٣٢	-٠,٦٠٠	-٠,٤٤	-٠,٤١٨	٠,٥٥٧	-٠,٥١٠	٠,٨٥٥	-٠,٦٣٧
٥	الوعي بوجهات النظر المتعددة	-٠,٤٢٥	-٠,٤٣٩	-٠,٤٢٩	-٠,٣٨٩	٠,٤١٨	-٠,٤٠٩	٠,٤٢٢	-٠,٥١٥
	الدرجة الكلية للمقياس	-٠,٥٤٩	-٠,٥٣٤	-٠,٥٢٧	-٠,٤٥٩	٠,٦٢٢	-٠,٥٣٧	٠,٥٣٣	-٠,٧٢٦

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٢٣٥

يتبين من جدول (١٢) وجود ارتباطات عكسية ذو دلالة إحصائية بين اليقظة العقلية والتردد النفسي لدى حكام كرة القدم للصالات، حيث ان قيم "ر" المحسوبة أكبر من الجدولية وذلك عند مستوى دلالة إحصائية (٠.٠٥).

ويرى الباحث ان هذه النتيجة مؤشر منطقي للعلاقة بين اليقظة العقلية كمتغير مستقل والتردد النفسي لدى حكام كرة القدم للصالات حيث تعد اليقظة العقلية أحد المتطلبات الضرورية بمواجه الضغوط الانفعالية التي يتعرض لها الحكام نتيجة الاحداث الضاغطة واعتراض الجمهور والجهاز الفني المستمر،

فكلما امتلك الحكم مستوى كبير من اليقظة العقلية كلما ازداد القدرة على اتخاذ القرار الصحيح والثقة بالنفس قل التردد النفسي لديه وأصبح قادراً على إدارة استجاباته الانفعالية والعقلية.

ويرى سوليه وآخرون (٢٠١٤) Sole Se et all ان هناك العديد من المتغيرات النفسية والتي ستكون حاسمة للأداء الأمثل للرياضي، والتي منها اليقظة العقلية وهي تؤثر بشكل إيجابي على تقدير الذات والثقة بالنفس للرياضي، وهذا أمر مهم أيضاً للرياضيين الشباب، لأن تثقيفهم مع اليقظة العقلية في سن مبكرة يمكن أن يؤثر على رفاههم في المستقبل، كم أن الرياضيين الذين اعتادوا استخدام اليقظة العقلية يحققون أداء رياضي أفضل. (١٩ : ٥٠٦)

ويرى الباحث أن اليقظة العقلية في المجال الرياضي تتميز بعدة مظاهر وأن الوصول إلى المستويات الرياضية العالية يتوقف إلى حد كبير على نمو وإتقان تلك المظاهر لدى الأفراد وبدرجات متفاوتة تختلف باختلاف طبيعة كل نشاط وتعد اليقظة العقلية شرطاً ضرورياً من شروط الملاحظة الناجحة ويتميز بوجود حالة تأهب عقلي أو حالة من اليقظة لكي يحسن أو يدرك وقائع وظروف أو أشياء ، كما يعد العامل النفسي أحد العوامل المهمة للفوز وتحقيق الإنجازات الرياضية، وإن اليقظة العقلية كأحد الموضوعات النفسية المهمة التي لها علاقة بالتردد النفسي والذي يعد من القدرات الهامة في لحكام كرة القدم للصالات والذي لا يستطيع الحكم أن يصل إلى المستويات الرياضية العالية بدون التفوق في اليقظة العقلية وتقليل التردد النفسي .

كما يذكر (٢٠١٦) Hassid بأن اليقظة العقلية "هي مجموعة واسعة من التطبيقات التي ذات الصلة بالتعليم اذ تشمل التعزيز بالصحة العقلية وتحسين التواصل الاجتماعي وتعزيز تعلم المهارات الجديدة والأداء الأكاديمي وتحديد الهدف والقدرة على الاختيار، وإن اليقظة العقلية تؤدي الى اختيار الأسلوب الذي يناسب مستوى تعلمه. (١٧ : ٥٢) .

الاستنتاجات والتوصيات:

الاستنتاجات:

في ضوء نتائج البحث وفي حدود عينة البحث والمنهج المستخدم تم التوصل الي الاستنتاجات التالية:

١. وجود ارتباطات عكسية ذا دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية لمقياس اليقظة العقلية والتردد النفسي لدى حكام كرة القدم للصالات.
 ٢. وجود ارتباطات عكسية ذو دلالة إحصائية بين محاور اليقظة العقلية (الملاحظة) والتردد النفسي لدى حكام كرة القدم للصالات.
 ٣. وجود ارتباطات عكسية ذو دلالة إحصائية بين محاور اليقظة العقلية (التمييز اليقظ) والتردد النفسي لدى حكام كرة القدم للصالات.
 ٤. وجود ارتباطات عكسية ذو دلالة إحصائية بين محاور اليقظة العقلية (التصرف بوعي) والتردد النفسي لدى حكام كرة القدم للصالات.
- التوصيات:

يوصى الباحث بما يلي:

١. بالإمكان الاستفادة من مقياس اليقظة العقلية من قبل حكام كرة القدم للصالات وتفعيله على حكام اخرين في أنشطة مختلفة.
٢. التعرف على اليقظة العقلية والتردد النفسي لحكام كرة القدم للصالات يسمح ببناء البرامج المناسبة لمساعدتهم على رفع مستوى اليقظة العقلية والتردد النفسي لديهم لما لها من مردود إيجابي وفعال.
٣. توجيه القائمين على منظومة حكام كرة القدم للصالات بضرورة تنمية وتطوير اليقظة العقلية وخفض او الحد من التردد النفسي لديهم.
٤. مع تطور مهارات وكفاءات حكام كرة القدم للصالات، يجب أن يستعد اتحاد الكرة لنقل مهاراتهم والتي من أهمها اليقظة العقلية، والتردد النفسي.

المصادر

١. جميل كاظم جواد بناء مقياس التردد النفسي لدى متعلمي السباحة عند أداء مهارة القفز العامودي إلى الماء على القدمين ، مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد (١)، العدد (٩)، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، العراق، ٢٠٠٨م.
٢. الطحاينة زياد: مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام الألعاب الرياضية في الأردن وعلاقتها ببعض المتغيرات ، المؤتمر العلمي الدولي الثاني ، كلية التربية الرياضية ، جامعة اليرموك ، الأردن ، ٢٠٠٧م.
٣. مروة مدحت وهبة: بناء مقياس التردد النفسي لحكام كرة القدم، المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة، ع٤٥، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، ٢٠٢٢.
٤. منى مختار المرسى ، إيمان مصطفى الشنواني: بناء مقياس اليقظة الذهنية للرياضيين، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان ، ع٨٦، ٢٠١٩
٥. عبد الرقيب البحيري، وفتحي الضبع، واحمد طلب، وعائدة العوالمه: الصورة المعرفية لمقياس العوامل الخمسة لليقظة العقلية: دراسة ميدانية على عينة من طلاب الجامعة في ضوء أثر متغيري الثقافة والنوع، مجلة مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ٣٩، ٢٠١٤
6. Sole S. ،Carrança B. ،Serpa S. and Palmi J. 2014 Applications of mindfulness in sports injury. Journal of Sports Psychology
7. Hassid, C. mindful learning: why attention matters in education. International journal of school & educational psychology, vol4, 2016

ملحق (١)

الأبعاد النهائية المقترحة لمقياس اليقظة العقلية

م	الأبعاد المقترحة	الماهية	رأى المحكم		ملاحظات
			مناسب	غير مناسب	
١	الملاحظة	درجة انتباه الحكم للخبرات الداخلية والخارجية، مثل: الإحساس - المعارف - الانفعالات - المشاهد - الأصوات - الروائح.	√		
٢	التمييز اليقظ	درجة تطوير الحكم للأفكار الجديدة، وطريقته تجاه النظر للأشياء.	√		
٣	التصرف بوعي	ما يقوم به الحكم من أنشطة في لحظة ما بالرغم من اختلاف هذا النشاط مع سلوكه التلقائي حتى وإن كان يركز انتباهه على شيء آخر.	√		
٤	الانفتاح على الجديد	مدى استكشاف الحكم للمثيرات الجديدة وانشغاله بها.	√		
٥	الوعي بوجهات نظر متعددة	مدى امكانية الحكم لتحليل الموقف من أكثر من منظور واحد وتحديد قيمة كل منظور.	√		

ملحق (٢)

مقياس التردد النفسي لحكام كرة القدم

م	العبارات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
١.	عند إنتهائي من تحكيم المباراة أشعر أن كان بإستطاعتي أداء أقوى من ذلك					
٢.	ثقتي بنفسي تجعلني لا أتردد في قرار أتخذه.					
٣.	يصعب علي الاستعانة برأي طاقم التحكيم المعاون نتيجة التوتر الزائد أثناء المباريات الهامة					
٤.	أستطيع التكيف في المباراة عندما أحكم في مباراة أحد أطرافها له جمهور كبير.					
٥.	خبرتي السابقة تجعلني قادراً علي تهدئة الجمهور من خلال قراراتي التحكيمية.					
٦.	تتأثر قراراتي بسبب التهديدات العدائية من قبل الجمهور					
٧.	الشكل العضلي لجسمي يساعدني علي أن أكون حكم مميز لكرة قدم.					
٨.	أشعر بأنني في حاجة إلي الاستعداد المثالي قبل أي مباراة كرة قدم للحد من التردد النفسي لدي.					
٩.	أشعر بعدم الثقة في نفسي قبل تحكيمي للمباراة.					
١٠.	يزيد حماسي في المباريات الهامة والحساسة لذا يكون مستوي تركيزي فيها عالي.					
١١.	لدي القدرة علي التحكيم في إضاءة غير كافية في ملعب كرة القدم.					
١٢.	أستطيع أن أقوم بتصوير قرار لموقف سابق تم تحكيمه من قبل حكام آخرين					
١٣.	أشعر بنسيان بعض المعلومات والخبرة التي أعتمد عليها في قراراتي في حالة الخوف من الاعتداءات علي بعد المباراة من قبل الجمهور					
١٤.	أقع في أخطاء اتخاذ القرار عند شعوري بالتعب خلال المباراة					
١٥.	نقل كفاءتي البدنية أثناء تحكيم المباريات من شدة التردد لدي.					
١٦.	إن شعوري بذاتي أثناء المباريات يقلل من مستوي أدائي.					

١٧.	أفكر أثناء المباراة في النتائج التي تترتب علي الفوز أو الخسارة.				
١٨.	أستطيع التكيف على شدة الرياح ومدى تأثيرها على الكرة أثناء تحكيم كرة القدم.				
١٩.	أعرف جيدا كيف أقوم بالاسترخاء أثناء الأوقات الحرجة من المباريات.				
٢٠.	سماع صوت تشجيع الجمهور لأحد الفرق يزيد من حماسي				
٢١.	أنا راض عن مظهري الجسمي كحكم كرة قدم.				
٢٢.	أتردد في اتخاذ قراراتي بالمباريات نتيجة نقص كفاءتي البدنية				
٢٣.	أفتقر إلي بعض القدرات البدنية والاستعدادات التي تمنعني من ملاحظه موقف ما أثناء تحكيمي للمباراة				
٢٤.	عندما أقوم باتخاذ قرار خاطئ في بداية المباراة يزيد ترددي				
٢٥.	أصاب بحالة من القلق والتوتر عند التحكيم لمباراة كرة قدم في مكان جديد بالنسبة لي				
٢٦.	أقوم بعملية تصور لمواقف تحكيمية مستعينا بالمباريات السابقة لي				
٢٧.	أخشى من الجمهور عند اتخاذ قرار حاسم و مصيري أثناء المباراة				
٢٨.	نمطي الجسمي يساعدني في سرعة التحرك في الملعب.				
٢٩.	أشعر بعدم تقدمي في مستوي أدائي في تحكيم مباريات كرة القدم بالرغم من استمراري في الاطلاع علي كل ما هو جديد في مجال التحكيم.				
٣٠.	لدي قدرة على اتخاذ قرار سريع و صحيح أثناء المباراة				
٣١.	أشعر بأنني في حاجة إلى حضور الدورات التدريبية قبل تحكيم المباريات الهامة.				
٣٢.	الإضاعة العالية قد تؤدي إلي إيذاء عيني وعدم قدرتي على رؤية الكرة وبالتالي اتخاذ قرارات خاطئة				
٣٣.	إطلاعي على ما هو جديد في مجال التحكيم يساعدني في إتخاذ قرارات صحيحة بالمباريات				
٣٤.	أخاف من انتقاد وسائل الاعلام بعد المباراة التي قمت بالتحكيم فيها				
٣٥.	كثرة مباريات كرة القدم التي قمت فيها بالتحكيم تجعلني هادئ ومستقر نفسيا				
٣٦.	أقع في أخطاء اتخاذ القرار أثناء المباراة نتيجة الضغوط الواقعة علي من الجمهور				
٣٧.	سرعة حركتي في الملعب تساعدني علي متابعة الاحداث وإتخاذ القرار المناسب				